

## USANDO BIEN EL CASCO

¡La vida es dura; También lo son las paredes de ladrillos, carros, camiones, cercas, aceras, y veredas pavimentadas. Cuando ande en bicicleta, siempre use un casco.

El precio de un casco es menor que un seguro de cabeza.

Asegúrese que su casco esté aprobado por CPSC, ANSI, ASTM o Snell



El casco debe ajustar ceñido

Siempre ajuste la correa

Si su casco resulta dañado en un choque u de otra forma, usted debería reemplazarlo aún cuando el daño no sea muy notable.

## CONSEJOS PARA QUE LOS PADRES LOGREN QUE SUS HIJOS USEN CASCOS

1. Muestre un buen ejemplo al usar su propio casco cuando anda en bicicleta.
2. Distinga a los atletas que usan casco. Los jugadores de béisbol, hockey, y fútbol usan casco para prevenir lesiones en la cabeza.
3. Haga que su niño escoja el casco.
4. Nunca permita a su niño/a andar en bicicleta sin usar casco.
5. Elogie a su hijo por usar el casco.
6. Comience el hábito de usar casco bien temprano, junto con sus primeras rueditas.

RUTA para BICIS

**Para más información contacte al Programa de Prevención de Violencia y de Heridas en el (801) 538-6141**

# SEA UN CICLISTA INTELIGENTE

## USE SU CABEZA, ¡PÓNGASE UN CASCO!



## UTAH DEPARTMENT OF PUBLIC SAFETY HIGHWAY SAFETY OFFICE

3888 West 5400 South • Salt Lake City, Utah 84118

ph. (801) 957-8570 • Fax (801) 957-8588

[www.highwaysafety.utah.gov](http://www.highwaysafety.utah.gov)



State of Utah

Department Of Public Safety

## OBEDEZCA LAS SEÑALES



Siempre deténgase completamente en todas las señales de PARE Obedezca todos los demás signos y señales de tránsito.

## ANDAR DE NOCHE ES PELIGROSO



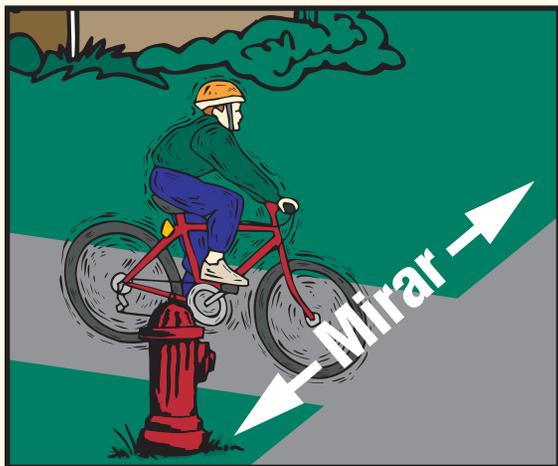
Andar en bicicleta de noche es peligroso. Si tiene que hacerlo, asegúrese que las luces delanteras y traseras funcionan bien. Reflectores y ropa luminosa también ayudan para que los demás lo vean.

## UNA BICICLETA UN CICLISTA

1  
EN  
1

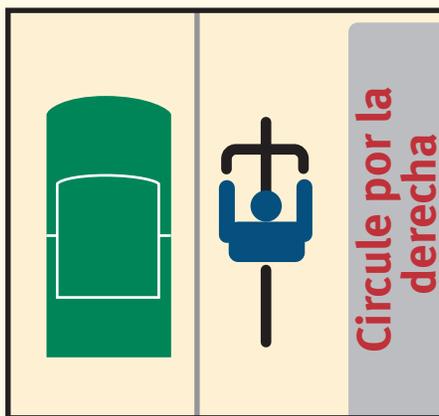
Siempre ande solo, no lleve otras personas.

## LA SEGURIDAD COMIENZA EN CASA



Cuando va a salir, pare y chequee el tránsito a la derecha y a la izquierda antes de pisar la calle.

## VAYA CON EL TRÁNSITO



Vaya en el lado derecho de la calle en la misma dirección que los demás. Recuerde ir en fila de uno detrás de otro.

## HAGA SEÑALES CON SUS MANOS



Haga señales con sus manos para que los otros conductores sepan qué es lo que usted va a hacer.